

Rekommendationer för tidiga insatser vid alkoholproblem

En hög alkoholkonsumtion ökar risken för sjukfrånvaro, sjuknärvaro, olyckor och arbetsrelaterade skador. Idag finns det dock effektiva metoder för att förebygga och åtgärda alkoholproblem som ger goda resultat. Visste du till exempel att kortare behandling ofta ger lika bra resultat som längre? Kunskapsläget och forskningsresultaten har nu sammanställts i form av evidensbaserade riktlinjer för företagshälsan.

Så kan du som arbetsgivare förebygga alkoholproblem på arbetsplatsen:

- Anta en tydlig **alkoholpolicy** och förankra den väl hos både chefer och medarbetare. Policyn ska innehålla de regler som gäller kring alkohol på arbetsplatsen och vilka konsekvenserna blir om reglerna inte följs. En policy ska vara lätt att förstå och ge god handledning till dig som chef hur du ska agera.
- Erbjud medarbetare en **hälsoundersökning** som inkluderar alkoholvanor. Kännedom om hur den egna alkoholkonsumtionen ser ut i förhållande till hälsoriskerna leder till att medarbetare med riskabel konsumtion minskar sitt drickande och ökar deras motivation att ta emot professionell hjälp.
- Installera **alkolås** i fordon eller inför **nykterhetskontroller** på arbetsplatsen om arbetsmiljön och arbetsuppgifterna motiverar det.

Såväl vetenskapliga studier som praktisk erfarenhet visar att ett framgångsrikt preventivt arbete mot alkoholproblem bör bestå av en kombination av åtgärder.

Vad gör jag som arbetsgivare när en anställd har alkoholproblem?

- Erbjud den anställde professionell hjälp att utreda alkoholproblemets omfattning och information om såväl kortare (psykosocial behandling och läkemedelsbehandling) som mer omfattande insatser.
- Initiera ett möte där du som chef, den anställde och medicinskt sakkunnig diskuterar vilket stöd den anställde behöver för att bli fri från alkoholproblemet och vilken kontroll du som chef behöver för att säkerställa en säker och trygg arbetsmiljö.
- Följ upp och utvärdera hur det går. Ibland behövs ytterligare behandling.

Kom ihåg! Det finns inget stöd för att en viss behandling är lämplig för en viss grad av alkoholproblem. Man kan först pröva med en begränsad insats och sedan öka den efter behov.

Flera vetenskapliga studier framhåller att arbetsplatsen är en central arena för att förebygga och åtgärda alkoholproblem.

En rapport från 2014 visar att cirka 8 procent av männen och 4 procent av kvinnorna i åldersgruppen 17–84 år har ett missbruk eller är beroende av alkohol. Det motsvarar cirka 285 000 män och 161 000 kvinnor. De flesta av dem finns i arbetslivet.

Alkoholproblem skapar negativa effekter på arbetsplatsen och minskar produktiviteten vilket leder till stora kostnader och problem för enskilda individer, arbetsgivare och samhälle. Enligt Världshälsoorganisationen (WHO) är ett 60-tal av de vanligaste sjukdomarna relaterade till alkohol.

Riktlinjer vid
**alkoholproblem
på arbetsplatsen**

En sammanställning från Företagshälsans riktlinjegrupp 4/2016

FAKTA

Riktlinjerna för tidiga insatser vid alkoholproblem på arbetsplatsen har tagits fram av Företagshälsans riktlinjegrupp, under ledning av med. dr Ulric Hermansson vid Karolinska Institutet. Företagshälsans riktlinjegrupp är en verksamhet inom Kompetenscentret för företagshälsa och den består av praktiker och forskare. I gruppen ingår representanter från flertalet professioner på olika företagshälsor, branschföreningen Sveriges Företagshälsor samt forskare vid Karolinska Institutet.

Uppdraget att ta fram evidensbaserade riktlinjer för företagshälsan och arbetslivet leds av professor Irene Jensen och dr. Lydia Kwak vid Enheten för interventions- och implementeringsforskning, Karolinska Institutet. Riktlinjerna har tagits fram i ett unikt samarbete mellan yrkesverksamma inom företagshälsan och verksamhetsnära forskare. Målet är att stödja evidensbaserad praktik (EBP) inom företagshälsan och att integrera de senaste vetenskapliga rönen i den dagliga verksamheten i samverkan med arbetsplatsen. Syftet är att skapa en standardisering och struktur för ett kvalitetssäkrat arbetssätt för svenska företagshälsor.

Riktlinjerna med tillhörande dokument finns att ladda ned på www.fhvforskning.se.

Det som ska särskilja företagshälsan från hälso- och sjukvården är:

- Kunskap om hur arbetet påverkar hälsan
- Kunskap om arbetsplatsen
- Kunskap om effektiva åtgärder och möjligheten att samarbeta med arbetsplatsen
- Möjligheten att arbeta i nära kontakt med och på uppdrag av arbetsgivaren

En företagshälsa som arbetar evidensbaserat erbjuder:

- Kostnadseffektiva och kvalitetssäkrade metoder som bygger på bästa tillgängliga kunskap.
- Ett strukturerat arbetssätt som ger kända effekter.
- Möjlighet att arbeta mer förebyggande och främjande genom att engagera arbetsplatsen och öka medarbetarnas delaktighet och ansvar.
- En multidisciplinär kompetens med tvärprofessionellt teamarbete.

KONTAKTUPPGIFTER

Enheten för interventions och implementeringsforskning
Institutet för miljömedicin (IMM)
Karolinska Institutet
www.ki.se/imm/iir

Kompetenscentret för företagshälsa www.fhvforskning.se
info@fhvforskning.se



**Karolinska
Institutet**

**sveriges
företags
hälsor**